Aprendiendo a prevenir las Infecciones de Transmisión Sexual y el VIH/SIDA

¿Qué son las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) y el VIH/SIDA?

Son aquellas infecciones que se pegan o se transmiten de una persona que la tiene a otra, principalmente a través de relaciones sexuales, sin la protección del condón.

¿Conoces las Infecciones de Transmisión Sexual más comunes en nuestro país?

Se conocen más de veinte (20) Infecciones de Transmisión Sexual, sin embargo, las más comunes, son: Sífilis, Gonorrea, Chancroide "Chancro blanco", Herpes genital, Papiloma o "Cresta de Gallo", Clamidia, Hepatitis B, Tricomoniasis y VIH (Virus que causa el SIDA).

¿Cómo se transmiten o se pegan las Infecciones de Transmisión Sexual?

- A través de las relaciones sexuales sin protección, una persona infectada puede infectar a otra por medio de la penetración sin protección del condón, ya sea por la vagina, el ano, la boca o por brocheo (roce) de los genitales.
- Al ponerse sangre de una persona infectada o por el uso de agujas o jeringuillas contaminadas.
- De la madre infectada a su bebé, durante el embarazo, parto o por la leche materna.

Recuerda:

Las ITS no se pegan a través del agua, por sentarse en asientos calientes, por el uso de baño público o por picaduras de mosquitos.

¿Sabes cuáles son las señales más comunes de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) y del VIH/SIDA?

Las ITS presentan señales diferentes, dependiendo de si eres hombre, o eres mujer.

- **En la mujer, estas señales son:**
  - Cambios anormales en el flujo vaginal, parecidos a leche cortada.
  - Aumento en cantidad del flujo, cambios en su color y olor.
  - Dolor en el abdomen (bajo vientre).
  - Fiebre con dolor en el bajo vientre.
  - Manchados fuera de regla.
  - Verrugas o bolitas en los genitales.
  - Llagas, ampollas o úlceras en la boca, en la pared de los genitales o en el ano.
  - Ardor, irritación o comezón de la vagina y los labios menores.

- **En el Hombre, son:**
  - Goteo o flujo del pene.
  - Ardor, irritación o hinchazón en los genitales.
  - Llagas, ampollas o úlceras en la boca, en los genitales o en el ano.
  - Ardor o dolor cuando orina.
  - Verrugas o bolitas en los genitales.

MUDE

Trabajando con Adolescentes en la Prevención de ITS/VIH/SIDA

¿Qué debes hacer ante estas señales o síntomas?

Si observas algunas de estas señales en tu cuerpo, acude inmediatamente con el personal de salud para un examen médico, recuerda que la mayoría de las Infecciones de Transmisión Sexual (ITS) se pueden curar si son tratadas a tiempo y si cumples con el tratamiento recomendado, pues, aunque muchas veces las señales desaparecen, la enfermedad se mantiene.

Aprende a cuidar tu salud previniendo las Infecciones de Transmisión Sexual y el VIH/SIDA

La adolescencia constituye una de las etapas de mayor riesgo para el contagio de las ITS/VIH/SIDA, por eso es importante que te cuides y evites:

- Tener relaciones sexuales sin estar preparado, ya sea por presión de otras personas, sean estas amigos/as, novios/as, etc.
- Tener prácticas sexuales de alto riesgo. Es recomendable, las prácticas de bajo riesgo, tales como besos, caricias, masajes, miradas, etc.
- Tener relaciones sexuales sin protección.

En caso de decidir tener relaciones sexuales, debes:

- Evitar las prácticas sexuales de alto riesgo, como son la penetración vaginal, anal, sexo oral (boca-genitales) y el "brocheo", sin protección de un condón.

- Evitar las relaciones sexuales casuales. Si tienes una relación sexual casual, usa el condón.
- Evita tener más de una pareja sexual o si sospechas que tu pareja tiene relaciones con otras personas, usa el condón cada vez que tengas relaciones sexuales.
- Tratar de tener una sola pareja y que esta persona solamente tenga relaciones contigo.

Ideas para la Reflexión:

¿Por qué crees que las ITS y el VIH/SIDA constituyen un problema que afecta la salud de los y las adolescentes?

¿Cómo pueden los y las adolescentes impedir que las ITS/VIH/SIDA afecten sus proyectos de vida, sus metas y sueños?

¿Qué cosas tú crees que impiden a los y las adolescentes de tu comunidad evitar los riesgos de infectarse de una ITS o del VIH/SIDA?

Mujeres en Desarrollo Dominicana, Inc. (MUDE)

Calle Juan Mejía y Cotes #2, Esquina Paseo de las Palmas, Arroyo Hondo, Santo Domingo, Rep. Dom.
Tel: 563-8111.
E-mail: mudedom@codetel.net.do

Acción SIDA

Fuente: Manual de Educación Sexual para Adolescentes y Multiplicadores
Producido por: PROFAMILIA